

## 大学生によるピア・サポート活動とその意義

著者	中出 佳操
雑誌名	人間福祉研究
巻	6
ページ	85-99
発行年	2003-03-20
URL	<a href="http://id.nii.ac.jp/1136/00000411/">http://id.nii.ac.jp/1136/00000411/</a>

## 大学生によるピア・サポート活動とその意義

中 出 佳 操\*

### 抄 録

本稿は大学におけるピア・サポート活動の概要と大学生にとっての意義について検討するものである。

本学に於けるピアサポート活動は2年目になる。活動は主に教育活動と支援活動である。教育活動としては、大学生に対して飲酒に関する講話と、中・高生に対しての性教育を行った。

支援活動としては、新入生へのオリエンテーションと、学生同士の支援と相談を行った。全学生に対しては、健康に関する情報を提供する「ピア新聞」の発行と「大学生の悩みの実態調査」、及び仲間づくりのための集いの場として「ティタイム」を設定した。

これらの活動は、大学生にとって次のような意義を持つと考える。

1. 教えることの本質を考えたり、異年齢集団を理解する機会になったこと。
2. グループメンバーの協力の必要性を自覚し、その結果精神的成長を伴う自己変容を可能にしたこと。
3. 大学生の悩みの現状を知り、仲間同士支え合う活動の必要性を再確認したこと。

### はじめに

本学にピア・サポートサークルを立ち上げて2年目が過ぎようとしている。1年間掛けて養成したピア・サポーターの学生の活動は大きく分けると、友達同士の助け合いや相談を中心とするいわゆるサポート活動と、健康に関する知識の普及活動を目的とする教育活動になる。

活動が2年目に入ったとはいえ、部室が確保されず、ピア・サポートサークルの存在を未だ知らない学生も多く、学内の支援活動は

これからという段階である。しかしながら、教育活動では成果を上げることが出来たといえる。中学生と高校生に性教育の出前講座を行った。又学内の学生には飲酒に関する講話をする機会も得、その体験を通しピア・サポーターの学生が大きく成長したことが実感できた。活動の紹介と、その成果をここにまとめ、大学生にとっての活動の意義を検討する。

### I ピア・サポート活動の現状

本学に於けるピア・サポーター養成に関し

---

\*北海道浅井学園大学人間福祉学部福祉心理学科

キーワード：ピア・サポート活動，出前講座

ては既に報告済みである。<sup>1)2)</sup>

コミュニケーションスキルと、健康に関しての自主学習を修了した学生は、本年度に入り活動を開始した。ここで活動内容の概要とその成果をまとめる。

### 1. 新入生へのサポート活動

4月の入学式に際し、その前日より新入生に対しサポート活動を行った。

ピア・サポートサークルの活動の紹介を交え、校内案内図や、学生食堂のお勧めメニューの紹介、学校周辺の穴場的小店の紹介等々、学生ならではの情報を満載したパンフレットを作成し新入生に配布した。また、入学当初いつも新入生が目的の場所を探し当てるのが困難な状況を目にしていることから、入学式以降1週間、ピア・サポーターが交代で校内の案内を行った。この活動でサポートを受けた学生は十数名いた。

### 2. ティタイム

友人を求めている学生のための交流の場や、ほっと出来る場を提供をする事を試みた。特に地方から出てきて、一人暮らしの学生などは、昼食だけでも一緒にとり話のでき場があると良いのではないかというピア・サポーターの発想を取り入れ、昼休みと放課後教室で開設した。しかし、場所が教室であることから、学内学生に周知する事が難しく、ピア・サポーターが待機していたにもかかわらず、学生の参加は皆無であった。

### 3. 大学生の悩みについての実態調査

学生間でサポートする場合、どのような悩みを持っているのかを把握することが必要であ

ると考え、学生の悩みの実態調査を行った。

調査対象は本学人間福祉学部と生涯学習システム学部学生である。6月に行ったので、新1年生は対象とせず、2年生153名(女子126名、男子27名)3年生139名(女子85名、男子54名)4年生108名(女子108名)に実施した。設問内容は、大学入学後悩みの多かった時期及び悩みの内容についてである。悩みの内容としては、学業領域と、進路領域、友人領域、グループ領域、関係修復領域、心理領域の6領域に分け質問した。この区分は、ピア・サポーター養成時のトレーニングで活用されている領域を参考とした。

### <調査結果> (資料参照)

#### (1) 大学に入学後悩んだ時期

2年次、3年次、4年次別に見ると、学年毎に当該学年の前期に悩んでいることが分かる。学年毎に悩みはつきない様子がうかがえるが、3学年共に共通して悩みの時期として高かったのは1年次の前期と後期であった。

#### (2) 悩みの内容

学業領域ではどの学年も「授業がつまらない」という悩みが多く、「教員の教え方」に問題を感じている学生も多かった。「授業についていけない」「何処が大切なのか分からない」等に関連した事も高率を占めていた。また、数的には少ないが「授業がうるさい」「専門の時間が少ない」等の内容もあった。

進路領域では、「卒業後どうしたらよいのか」はいづれの学年も高い割合であったが、「将来何をすべきか」についての悩みは特に3年次の学生の半数近くに見られた。

友人領域では「友人が居ない」という悩み

を約25%の学生が挙げていた。「仲間はずれにされた」「悪友と別れたい」「友人がわがまま」「友人とのつき合い方」等個別の悩みも挙がっていた。

グループ領域では、「グループの人間関係がよそよそしい」事を悩んでいる学生は、3学年ともやく25%おり、「馴染めない」悩みも2年次を中心として同程度いた。

関係修復の領域では、悩みとして上がった数そのものが少なかったが、中でも「親との関係が良くない」「部活の人同士の仲が悪い」「クラスの人の仲が悪い」等2・3年次の学年で挙がっていた。

心理領域では、「何をしたいの分からない」という悩みが、2年次と4年次の学生の45%近くおり、1年次と3年次の学生では、「生き甲斐がない」こと、2年次では「進路変更の悩み」も挙げていた。その他として「一人で行動できない」とい悩みを訴えていた学生もいた。

これらのアンケートから、学生の悩む時期と内容を把握することが出来、ピア・サポート活動の基礎資料にする事が出来た。

#### 4. 飲酒に関する講話

今年度より、本学の大学祭でアルコールを扱うことになった。そこで、学生自治会より、ピア・サポートサークルに、「アルコールについての正しいつき合い方」に関する講話の依頼があった。ピア・サポーターは、それまで自主的に「性に関すること」「飲酒に関すること」「喫煙に関すること」「食事に関すること」「運動に関すること」「薬物に関すること」の6テーマに関し自主学習を進めてきていた。その成果は、毎月ピア新聞を発行し、

学生の言葉で学内の学生への知識普及に努めてきた。

従って、アルコールの講話に関しては、既にピア・サポーター間では既習されていた事であった。その事をいかに、同年代の学生に伝えるかが問題であり、学生は何度か練習を繰り返し当日に備えた。

大学祭前日に、アルコールを扱う模擬店担当者を対象に1時間ビデオ教材を用い話をしたり、アルコールパッチテストを行ったりした。学生から学生へ語りかける力強さを感じたと同時に、模擬店対象者に限らず、全学生を対象とすべきであったと残念に感じたところであった。

#### 5. 中学生への出前講座

札幌市内の中学校を訪問し、3年生36名に「性について考えよう」と言うテーマで講義を行った。プログラム内容は表1に示すとおりである。

表1 中学生に対する出前講座プログラム

講座目的・中学生に性の意味を伝えることが出来る。 ・中学生の性に関して疑問を解消することが出来る			
経過	内容	生徒の行動	教材教具
導入	・ピアサーポーター活動紹介 ・本日の講座の目的を紹介 (性に関する疑問点を一緒に考えること)	・最初からグループに分かれて貰う ・事前にアンケートをしておく (5分)	OHP
展開	1. 中学生ってどんな時期？ 身体的 精神的 社会的 2. 性って人間にとってどんな意味があるの？中学生では何が大切？ 生殖の性 快楽の性 連帯性の性	・グループで話し合う (15分) ・発表してもらう。 (5分) ・グループで話し合う (20分) ・発表してもらう (5分)	
	休憩	(10分)	
	3. グループ討議からのまとめ ・中学生の特徴 ・性の意味 ・中学生の性で大切なこと 4. 自由意見交換「一緒に考えよう！」 (性に関しての日頃の疑問について話し合う)	(10分) ・大学生と中学生のグループになり話をする。 (30分) ・各グループで話し合われたことを発表する	OHP
まとめ	5. まとめ (中学生では連帯性の性の能力を身につけよう！)	・学生にパンフレットを配る。 (5分)	パンフレット

## (実施結果)

実施結果として、ピア・サポーター間での反省と、講座を受けた生徒のアンケートを表2にまとめる。

表2 実施後のアンケート結果

＜生徒のアンケート＞		N = 36
1. 中学生の性で大切なことが理解できたか		
はい	33名(92%)	いいえ 3名(8%)
・大学生が熱心に分かりやすく話してくれた	(42%)	
・性を甘く見ない		
・性病にかかったら大変だ		
・自分たちのことがよく分かった		
・性は恥ずかしい話ではない		
・ピアの学生がグループに入ってくれて聞き易かった		
・生きていくのに大切なこと		
2. ピア・サポートの学生と話せて良かったですか		
はい	34名(94%)	いいえ 2名(6%)
・話しやすかったから	(42%)	
・色々なことが聞け楽しかった	(50%)	
・年上の人と話したことがなかったから	(14%)	
・個性が楽しかった	(3%)	
・年が近く友達感覚で話せた	(14%)	
・普段は話さないことが話せた	(8%)	
3. これからもこのような機会があると良いと思うか		
はい	31名(86%)	いいえ 5名(42%)
4. 機会があるとするどんな話がいいですか		
・もっと具体的な話	(5%)	
・大学生活	(8%)	
・人生について(これからの将来・何故生きるか)	(16%)	
・男同士の話	(5%)	
・いじめについて	(8%)	
・何でも良い	(16%)	
・楽しい話を自由に話したい	(13%)	
＜大学生の感想及び反省＞		
・グループ分けを考慮する必要があった(普段話しやすいグループの方がより話し合いがスムーズに行く)		
・教材の活用は適切であったが、もう少し大切な点を強調したり、もっと具体的内容を中学生は求めている事より、内容の工夫が大切である。		
・体験を通し、中学生に対する理解が深まった。		
・自分たちの学習すべきことが見えてきたと同時に、準備の大切さを実感した。		

## 6. 高校生への出前講座

北海道立帯広保健所と、「十勝性を考える会」共催の、思春期保健対策専門研修会から、

「性について共に考えよう」というテーマでの講義依頼があり、これにピア・サポートサークルの学生10名が参加した。2日間に亘

り開催され、十勝管内の定時制の高校生3 人あった。  
 名、全日制高校生12名、中学生2名の参加が行ったプログラムは表3である。

表3 高校生に対する出前講座プログラム(1日目)

講座の目標・高校生が性の本来の意味を理解することが出来る ・高校生が性の基礎知識を理解する事が出来る			
	内容	生徒の行動	教材教具
導入	(13:40) ・ピアサポート活動紹介 ・本日の講座の目的紹介	・最初からグループに分かれてもらう (5分)	
展開	1. (Exercise 1)生年月日紹介ゲーム 2. グループ活動 ・自己紹介 ・人間にとっての性の意味と高校生にとって大切な性とは何か 3. まとめとして連帯性の性について説明する。 4. 高校生の「性」の現状 5. 知識の確認 (妊娠・避妊・性感染症)	・言葉を使わず順に並ぶ(10分)  ・グループ内で紹介しあう ・グループで話し合う(30分) ・発表 (5分) ・説明を聞く (10分)  ・データーを基に説明する(20分) ・パンフレットを用い説明する(20分)	OHP 資料配付・ 受胎調節模型
	(15:30) 休憩 (10分)		
	(15:40) (Exercise 2) 6. クイズと体験  7. 伝搬ゲーム	・グループ対抗 (30分) ・コンドーム装着の練習(15分) ・伝搬の様子を体験する (30分)	OHP コンドーム ゲーム物品
まとめ	(16:50) 6. 本日のまとめと明日の導入	(5分)	

表4 高校生に対する出前講座プログラム(2日目)

講座の目標・高校生が性の自己決定の方法を学ぶ ・学んだことを他の生徒と共有する手法を学ぶ			
経過	内容	生徒の行動	教材教具
導入	(9:00)・本日の目的を話す ・疑問解消の場にする	・昨日と異なったグループ (5分)	
展開	(Exercise 1)じゃんけんゲーム 1. 昨日の復習をかね感想発表 2. ロールプレイ (自己決定について考えることを主目的とする) 3. まとめ	・じゃんけんゲーム (10分) ・グループ内で個人が発言(10分) ・最初手本を示す(40分) ・感想を述べる (10分) ・性の自己決定の大切さ(10分)	
	(10:40) 休 憩 (10分)		
	(10:50) 4. 自由に語ろう	・高校生とピアサポーターと一緒に語る (25分)	
まとめ	(11:15) 5. 終了証書	一人一人にメッセージを付けて渡す (5分)	終了証書

(実施結果)

参加した高校生の感想を表5に示す。



表5 講座に参加した高校生の感想

(理解状況)	N = 17						
1. 研修会の満足度							
大変満足	11名	かなり満足	5名	少し満足	1名	不満足	0名
・性の意味							
大変理解できた	5名	かなり理解できた	10名	少し理解できた	1名		
・妊娠と避妊							
大変理解できた	9名	かなり理解できた	6名	少し理解できた	1名		
・性感染症							
大変理解できた	9名	かなり理解できた	6名	少し理解できた	1名		
・望ましい男女関係							
大変理解できた	4名	かなり理解できた	8名	少し理解できた	4名		
(大学生が担当したことに対する感想)							
・とても話しやすく楽しかった					7名		
・またやりたい					1名		
・すごく聞き易かった					2名		
・理解しやすかった					1名		
・年が近いので友達感覚で話が出来た					2名		
・知らなかったことが分かった					2名		
・相談にものってくれて嬉しかった					2名		
・学校の性教育と違い自分から話しに参加でき良かった					1名		
・大学生が親しみやすい人達で良かった					1名		
・若い世代同士聞き易く話しやすかった					1名		
(全体を通しての感想)							
・1日目より2日目はより分かり合えて楽しかった					1名		
・コンドームの付け方が勉強になった					1名		
・ここに来て色々なことを知ることが出来良かった					1名		
・今までよりもっと深く知ることが出来た					1名		
・もしこのような機会が又あったら是非参加したい					1名		
・楽しくて良い勉強が出来来て良かった					2名		
・全体にとっても楽しかった					2名		
・今日のことは忘れないようにしたい					1名		
・とてもおもしろくてためになりました。又やって下さい。					1名		

以上の結果から、出席した高校生は、大学生の話を聴くことを歓迎し、楽しく学び得た事を喜んでいるようであった。

一方参加したピア・サポーターは、今回

行った講座は「子供だまし」であったと反省していた。それは、高校生は性に関する知識を既にある程度持ち合わせており、中には体験者もいた。従ってより具体的な体験型講座

や、映画やビデオなどの媒体を用い、それを通しじっくり語り合う事を求めており、内容も方法においても再考の必要性があるという反省であった。しかしながら高校生や中学生と直接交流したことにより、自らの知識を再確認した事は勿論、研修会に参加した養護教諭や保健所保健師、助産師の方との交流会もあり、多くのことを学ぶ機会になったと述べていた。

## 7. 個人活動

個人的にサポート活動が行われたのは15件であった。内容的には「休学」「恋愛」「スポーツ」「今後のこと」等で話を聴くことが主であった。

皆、深刻な相談内容ではなく、話を聴くことで解決できる問題であった。

## 8. ピア新聞の発行

学内の学生に向け「ピア新聞」を発行した。

1ヶ月1回発行してきた。内容は風邪の季節であれば風邪予防についてや、大学祭の時期には飲酒について等、学校行事や季節に合わせたものを特集として取り上げた。又、連載した内容としては、一人暮らし用のレシピの紹介とピア・サポートサークルの活動状況で、学生らしい発想で工夫を凝らし発行していた。

以上が1年間を通しての活動内容であるが、このような活動の中から、ピア・サポーターとしての学生は何を学びどの様に変容したのであろうか。

今年度の活動のまとめとしてピア・サポーターメンバーにアンケート調査を行った。その結果が表6である。

表6 ピアサポート活動を通しての変容

- |   |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>・人の話を聴くと言うことがどの様なことか分かった</li> <li>・自発的になった</li> <li>・自己の弱点がよく見えるようになった</li> <li>・メンバー全員人前で自分の意見を言うことが出来るようになった</li> <li>・物事を割り切れるようになった</li> <li>・責任感が強くなった</li> <li>・サークル全体がうち解けた感じで壁を感じなくなった</li> <li>・自分が成長できた</li> <li>・性を始め健康に関しての知識がついた</li> <li>・サークル全体協力できるようになった</li> <li>・人の意見を聞いて自分の意見を言えるようになった</li> <li>・話を聴くときスキルを思い出すようになった</li> <li>・他に人に視点を考えるようになった（特に年齢）</li> <li>・他の人をきちんと見るようになった。その分神経質になった</li> </ul> |
|---|

## Ⅱ 考 察

### 1. 大学生にとっての出前講座の意義

ピア・サポート活動の内容について森川<sup>3)</sup>は次の述べている。

「困っている人への支援」「仲間づくり」「学習の支援」「グループのリーダーとして働く」「相談活動」「新入生対象の学校紹介」「ピアサポート活動の校内への浸透」「ピア・サポートチームでの仲間づくりと、顧問・スクールカウンセラー・心の教室相談員との連携」等である。詳細に区分するとこのようになるかと思うが、筆者は大きく相談活動を含むサポート活動と教育活動に分けて取り組んでいる。勿論サポート活動も正しい知識を持ってサポートすることが前提で在るが、どちらがメインになるかで2つに区分して考えている。教育活動でも要請があって本学から出向いて行った場合を出前講座と位置づけた。

出前講座を中心とする教育活動と、学内における1年間のサポート活動を通し、大学生にとっての、ピア・サポート活動の意義について考察する。

第1点としては、出前講座の体験を通し、学生自身多くのことを学ぶ機会を得たことである。

出前講座を受けた中学生や高校生からは目新しさもあり概ね好評を得たが、教えた学生自身は満足を得ていなかった。体験を通し、自分の知識の不確かさを実感したり、受講生が何を求めているのかに気づき、求めている事に対応し切れていない事を感じたからである。今回は満足できなかったけれど、その気

づきで次に何をしなければならないかが明らかになり、努力目標となることから、この体験が学生にとって大きな学びの機会になったと思われる。

また、今まで異年齢の人との交流の少ない学生にとって、その人達を理解する良い機会になったと考える。兄弟の少ない学生は、中学生や高校生と接し、考え方の違いに驚いたり楽しんだりしていた。また、一緒に参加して下さっていた、保健師さんや、養護教諭の方、児童相談員の方々との交流会もあり、その方達の業務内容や、考え方を知る機会にもなった。社会の中で働く色々な人との交流は、間もなく社会に出る大学生にとって、得るものも大きい体験になったと考える。

第2点目は学生自身の成長に繋がっていることである。

学内のサポート活動をするにしても、出前講座をするにしても、サークル内の協力が大切になる。特に出前講座実施場面での協力体制は見事に出来ており、見学されていた保健所の方や教員の方からお褒めの言葉を頂いた。準備期間はレポート提出の期間であり、何かと忙しいことが多い中で、時間を調整し集まってデモンストレーションをしたり、資料を作ったりと、その時は大変な負担を感じ辛い思いをしたと思われる。しかし、それだけに講座が成功裏に終了し、メンバー間で達成感を共有したときの感激は大きいものがあった。それらの過程の中から今までと違った自分の姿や相手の姿を感じとっているのである。

特に「活動を通しての変容」にも挙がっていたが、他の学生の成長を感じている学生が

居たことは、自分を認め、他人を認めるというところまで成長したことであり嬉しいことである。

第3点目は大学生の実態について明らかにになり、ピア・サポート活動の必要性が確認できたことである。

ピア・サポート活動の根拠となるようにと行った大学生の悩み調査の結果から、悩みの無い学生はいず、特に多感な大学時代は悩み多き時期である事が明らかになった。悩むことが成長に繋がっていくということで決して悪いことばかりではない。しかしながら、その事によって中途退学をしてしまったり、意欲の持てないまま大学生活を送ることも現実問題として存在する。大学生にとって友人の存在は大きいだけに、これらの問題の何処かで、学生同士悩みをうち明けたり、交流が持てたなら、再び楽しく意欲を持って大学生活を送ることも可能になる部分も在ると思う。

以前筆者が訪問見学した、カナダのビクトリア大学では、ピア・サポート活動は大学内に定着し、それらの問題に対処していた。勿論、専門のカウンセラーではないことから、その限界をしっかりと自覚しており、学生相談室のカウンセラーと連携しながら行っていた。

本学においても、次年度は更に後輩を育成し、学内での活動を活発化し、自己成長と有意義な大学生活を送るための一助となるよう活動を継続して行きたと考えている。

## 文献

- 1) 中出佳操「ピア・サポーター養成プログラムに関する一考察」『生涯学習研究と実

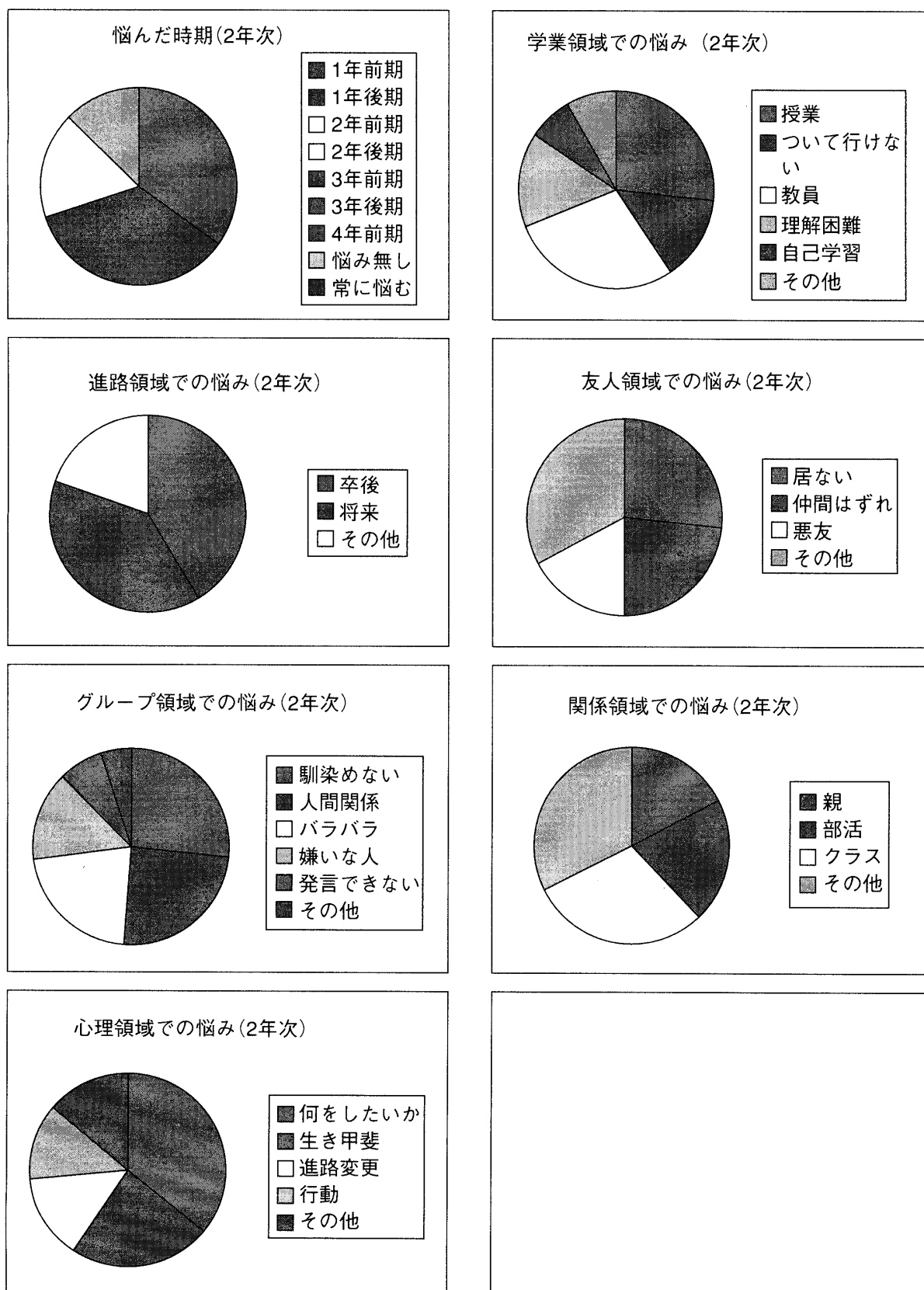
践』 第2号 北海道浅井学園大学  
2002. 1

- 2) 中出佳操「ピア・サポーター養成プログラムに関する一考察(Ⅱ)」『人間福祉研究』第5号北海道浅井学園大学 2002. 3

- 3) 中野武房他「学校でのピア・サポートのすべて」本の森出版 2003. 12

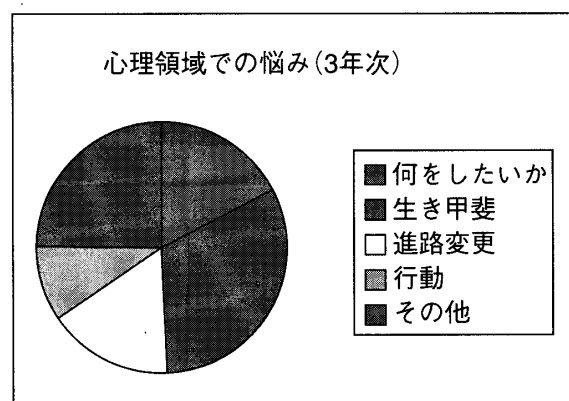
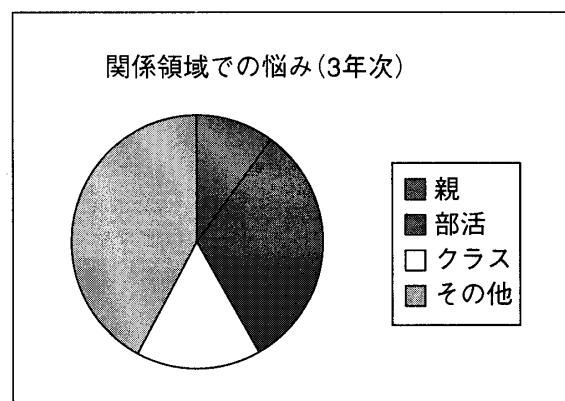
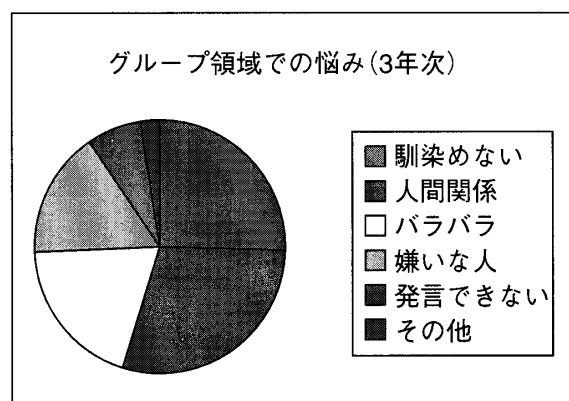
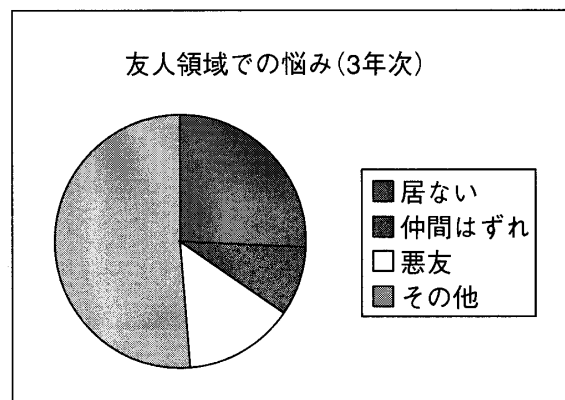
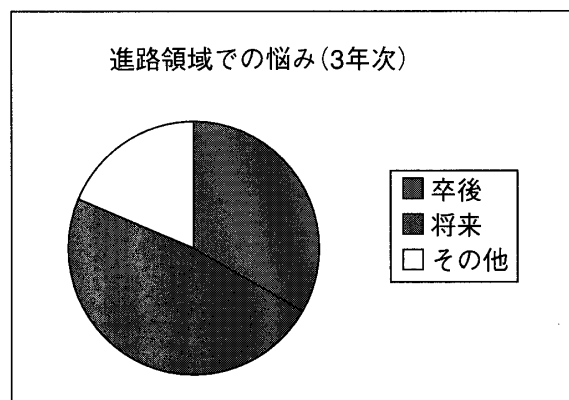
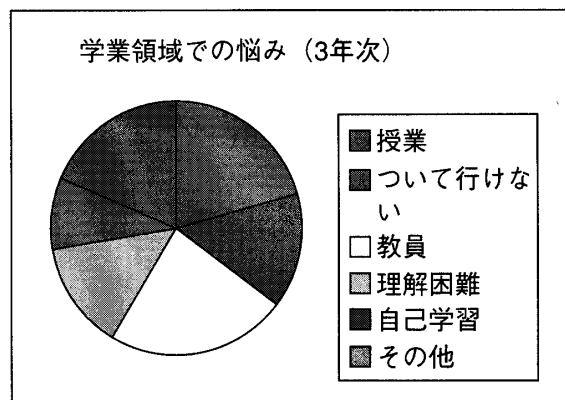
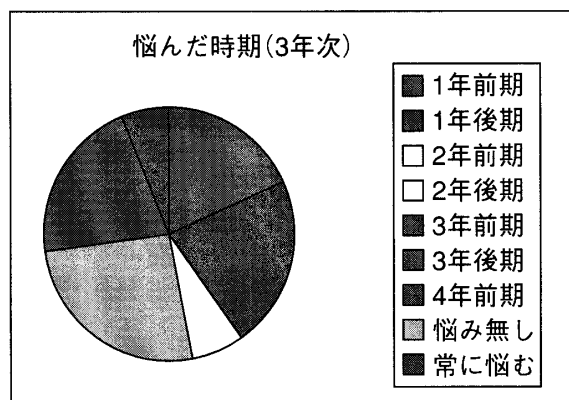
## 資料

## &lt; 本学の学生の悩みの内容(2年次) &gt;



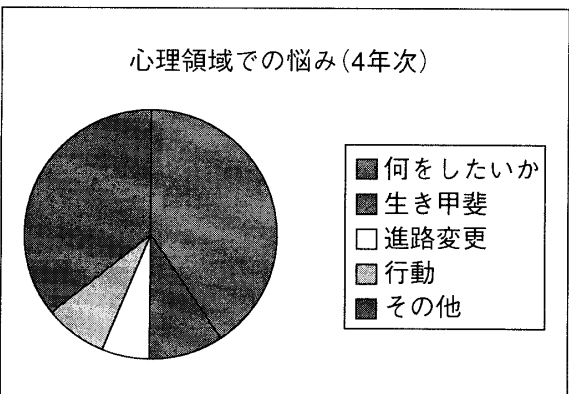
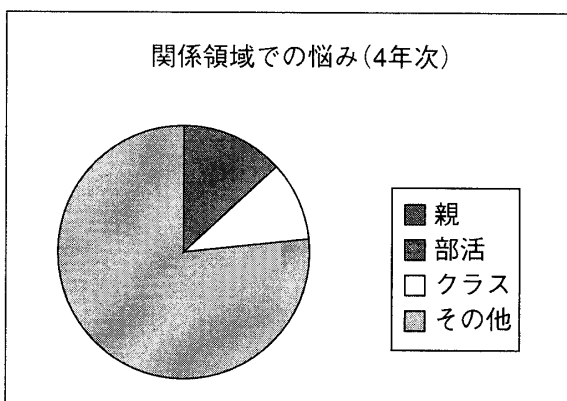
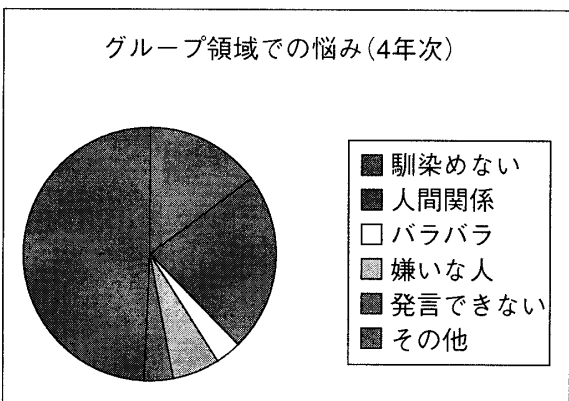
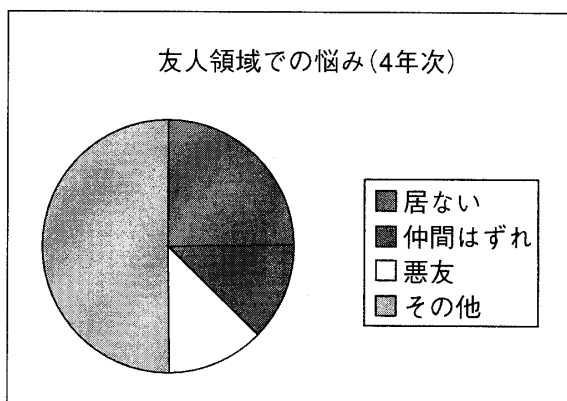
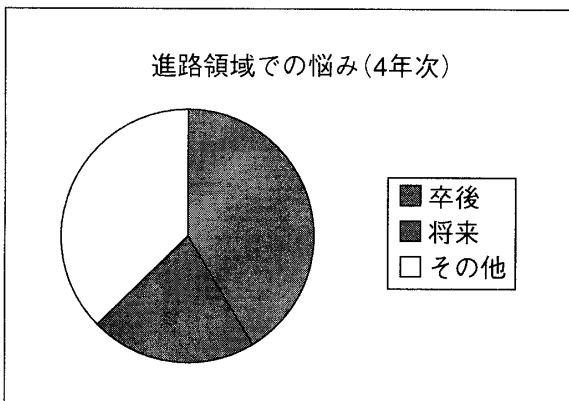
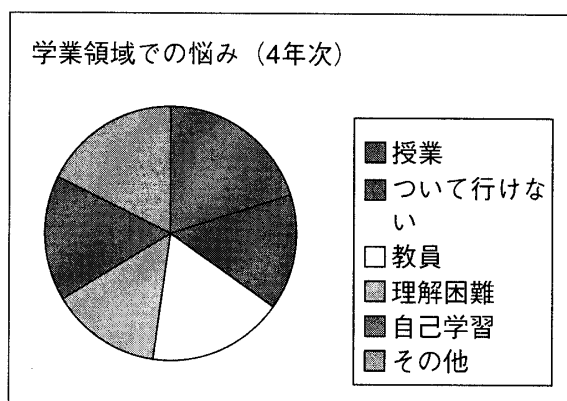
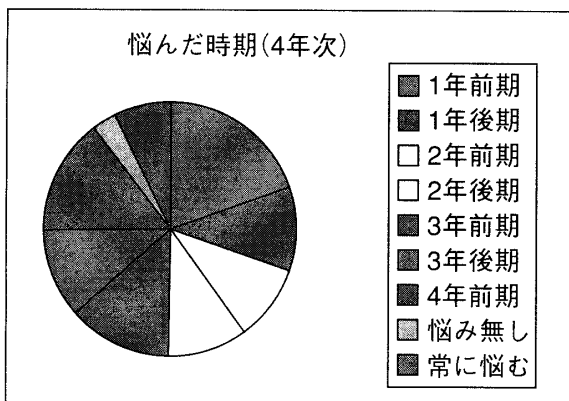
## 資料

## &lt; 本学の学生の悩みの内容 (3 年次) &gt;



## 資料

## &lt; 本学の学生の悩みの内容(4年次) &gt;



## The Benefits of Peer Support Activities for University Students

Yoshimi NAKADE

### ABSTRACT

The primary purpose of this paper is to summarize the peer support activities on this campus and to examine their meaning to university students.

Peer support activities began at this university two years ago and consist of educational lectures and activities related to alcohol consumption and sexual education for junior and high school students. Supporting activities are geared towards orientation and giving advice to new students. The peer support activities culminate in the publication of a "peer paper", which provides health information, examine problems students may encounter and sets a "tea time" in which students can form relationships. It is felt that these activities were meaningful to students in three ways. First, the activities led to a way of thinking that is essential in teaching and understanding people of different ages. Secondly, cooperation through peer activities can lead to growth and self-change. Finally, the identification of problems that students may be encountering validates the need for peer support activities.

**Key words :** peer support, delivery of lecture,